

X0301335 Medical Yoga

| | |
|---------------|--|
| Beginn | Freitag, 24.10.2025, 18:15 - 19:45 Uhr |
| Kursgebühr | 99,00 € |
| Dauer | 10-mal |
| Kursleitung | Sabine Stieglitz |
| Informationen | Warme Sportkleidung, rutschfeste Socken, großes Handtuch/Yogatuch, Getränk |
| Kursort | 201, Pfarrgasse 38, 65719 Hofheim |

Dieser Kurs dient der Gesundheitsprävention. Die Yogapraxis – bestehend aus unterschiedlichen Yogastilen und einer Tiefenentspannung - ist in jeder Kursstunde auf einen anderen Körperbereich ausgerichtet (z. B. Nacken, Lendenwirbelsäule, Schulter).

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten mit und ohne Beschwerden.

Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|------------|-------------------|-------------------------------|
| 24.10.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 31.10.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 07.11.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 14.11.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 21.11.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 28.11.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 05.12.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 12.12.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 19.12.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 16.01.2026 | 18:15 - 19:45 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |

[zur Kursdetail-Seite](#)